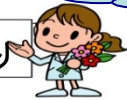


自分に関係ない！

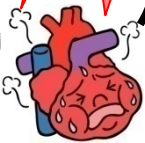
主任より



血管の「石灰化」とは・・・

「カルシウム」と聞くと普通は歯や骨をイメージしますね？ 血中のリンとカルシウムが高くなる透析患者様は、血管の中の壁にカルシウムがくっついてしまい「石灰化」と呼ばれる現象がおきます。つまり、血管が歯や骨のようにカチコチになってしまうのです。石灰化は全身に及び、心臓や下肢の血管に動脈硬化を引き起こします。「自分に関係ない」ではありません。透析患者様はみんなその危険を抱えているのです。

本当にそう思いますか？



自分は大丈夫！

技士長より



どんな検査があるの？

末梢動脈疾患の検査として、SPP(皮膚灌流圧)と言う検査があります。これは、皮膚の上からレーザー光を当て、血圧計のように、空気でセンサーの周りを圧迫した後、徐々に空気を抜いていき、毛細血管中を流れる赤血球の量を測定します。この検査は、苦痛もほとんどなく、時間も両足で30分ほどでできます。

11年冬号

ラディッシュ通信



骨・血管にやさしい特効薬『レグパラ』

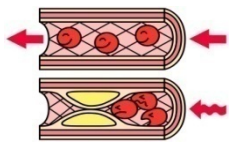
院長より



ヒトは首の奥に副甲状腺という米粒ほどの臓器を4つもっています。この臓器は腎不全によって腫瘍化して大きくなり、骨と血管の病気を起こすことが知られています。

元来、副甲状腺は血液中のカルシウムが下がると刺激されてしまいます。この防御センサーの働きをするタンパク質を発見したことによってその部分を動かすための薬剤ができました。それが『レグパラ』です。

この病気の特効薬として国内でも2007年に発売され、今まで注射や手術で治療していたものが、飲み薬だけでも治療できるのではないかと期待をあつめました。実際に発売をしてから3年4ヶ月が経過し多くの有効性が報告され、血管石灰化をも抑える働きがあるというのもわかってきました。



レグパラは腎不全患者さんが日夜さらされている激しいミネラル代謝異常を正してくれます。しかし、一方ではそういった原因を食事や透析などの日常によって作っているということを自覚しなければなりません。良い薬が出て治療を成功させるかどうかを決めるのは結局のところ患者さん自身なのです。

一番大切なのはリンのコントロール

栄養士より



災害時のカリウム管理について

石灰化予防にはまずリンを6.0以下にコントロールすることが重要です。

- ①加工食品は控える
- ②乳・乳製品を摂りすぎない
- ③お菓子・嗜好飲料のリンに気を付ける
- ④主菜の(肉・魚・卵・大豆製品)は適切量にする
- ⑤食事スタイルに合わせてリン吸着剤を服用する

災害により透析が行えなくなった場合、高カリウム血症予防のため、カリウムを下げるお薬を服用する必要性が考えられます。お薬をご希望の方は回診の際、院長と相談のうえ、処方してもらってください。

災害用品と一緒に用意しておくことをおすすめします。

災害対策委員会よりお知らせ

検査日程

	胸部レントゲン	心電図
2月	7・8日(午後の方)	11・12日(午前の方)
3月	7・8日(午後の方)	11・12日(午前の方)
4月	4・5日(午後の方)	8・9日(午前の方)
5月	9・10日(午後の方)	13・14日(午前の方)

日頃のお食事と検査データを照らし合わせ上手にコントロールしていきましょう



東北関東大震災発生

3/11(金)、今までに経験したことのない大きな地震に皆さん大変驚かれたことと思います。東北地方の被害はすさまじく、想像を絶する事態となってしまいました。幸いにも秦野は大きな被害もなく、望星大根クリニックも無事稼働することができております。

しかしながら、地震の影響で電力の供給不足による計画停電の実施など日常生活での制限が必要となっています。

このような状況の中で、透析を無事に実施するため、皆さんにご協力いただきまして、早めの来院、3時間の短縮透析とさせていただいておりますが、この状況はいつまで続くかわかりません。また余震の発生によっては更に悪い状況になる可能性もあります。

不測の事態に備えて、皆さんご自身の体調管理を十分心がけていただきたいと思います。

特に気を付けておきたいこと

①短時間透析では除水できる量が限られます。

塩分・水分摂取量に気をつけましょう。

②尿毒素除去量も減少します

カリウムを多く含む食品は控えておきましょう。

★高カリウム血症予防薬(カリメート、ケイキサレート、アーガメイトゼリー)の服用について

この薬は、血液中のカリウムの上昇を防ぐお薬です。

定期で出ている方は処方通りに服用してください。

地震発生後に配られた方は、透析が行えなくなって3日後から服用するようにしてください。

透析が予定通りに行えている間は服用せず、必ず手元にお持ちいただくようにしてください。

<透析者カード、人工透析管理手帳をご活用ください>

・透析者カードは財布や保険証ケースに入る大きさになっています。常に携帯しておきましょう。

・人工透析管理手帳は自己管理の意味でも透析毎に記入し、持ち歩くようにしてください。

災害時、他院での緊急透析の際に必要なになります。

<お願い>

正面玄関の柱付近は緊急車両停車位置のため、駐車しないでください。

避難の際にも障害となりますのでご協力お願いします。



被災地の一日も早い復興にむけて、みなさんで協力していきましょう！

17%減達成!!

< 節電について >



災害対策委員会より
お知らせ

梅雨も明け暑い夏がやってきました。例年であれば透析治療を快適に受けていただけるよう明るく涼しくしているところですが、ご存知の通り今年度は当委員会を中心となり節電に励んでおります。皆様のご協力もあり、6月分電気使用量が前年度と比べて17%削減できました。今後も無理のない範囲で実施していきますので、引き続きご理解ご協力をお願い致します。



< 駐車場利用について >

院内駐車場の駐車禁止区域表示等の整備をしてから2カ月が経過し、多くの方にご理解ご協力いただいておりますが、再び禁止区域への駐車が目立ってきました。また、歯科自動ドア前やスタッフ用へ駐車してあることもあります。院外駐車場にはまだまだ余裕がありますので、無理に停めようとせず院外駐車場をご利用ください。また、駐車許可証も忘れずに提示してください。



2011年8月発行望星大根クリニック



5月より主任に就任しました、渡部信介です。皆様には、日頃より節電に御協力頂きありがとうございます。今後、更なる協力をお願いをする事もあるかと思われませんが、その際には何卒よろしくお願ひ致します。

この度の震災を受け、避難の方法を切断法から抜針法へ変更する事に致しました。緊急時に馴れない手技を行う事は困難であり、危険性を高める為に変更いたします。それに伴い透析のセットを一新し、ベットサイドに新たに避難時のマニュアルも作成しました。災害時の対応にむけてスタッフ一同努めてまいります。不明な点や、不安など有りましたら、遠慮なくお申し出ください。

就任間もなく、至らない点が多々御座いますが、何卒よろしくお願ひいたします。



栄養士より



スポーツドリンク について

スポーツドリンクは、体の失われた水分を効率良く、なおかつ体に負担をかけずに補給する目的の飲料です。そのため、血液の成分に近づけるためナトリウム（塩の素）やカリウムなどを含んでいます。また、運動時の疲労回復のエネルギー源である糖分（ブドウ糖・ショ糖）も含んでいます。熱中症予防にスポーツドリンクを飲まれる方もいると思いますが、ナトリウムやカリウムが多く含まれていたり、血糖コントロールをされている方は血糖値を上げてしまうこともあ

- ①仕事や運動で発汗が多い
- ②下痢などで脱水の危険性がある
- ③体調がすぐれず食事が食べられない

場合を除き、スポーツドリンクは飲みすぎないようにしましょう。

食事が食べられていて、体調に変わりがなければお茶やお水がおすすめです。



院長より



コレステロールは高いほどいい？

一般に透析期に入るところには悪玉コレステロール(LDL)が上昇しにくくなりますが、当院で透析をされている方の26~31%の方はLDLが高く、さらにその中の16%の方は深刻な脂質代謝異常を合併しています。

コレステロールの正常値というのは現在でも議論のあるところですが、それはコレステロールがからだの栄養を示しているからです。しかし、LDLはからだのあらゆる血管の動脈硬化をおこして、脳卒中や心筋梗塞のリスクになることは間違いないと考えられています。最近報告された慢性腎不全患者9,270人を対象にした研究でもLDLの高い方に積極的に治療をした場合、脳卒中や心筋梗塞の発生率が低下することが示されました。

透析治療を受けられる方は腎不全、高血圧を合併しており、最近では糖尿病をお持ちの方も多いためです。こういった方々ではさらに高いリスクを背負うこととなりますから、特に食生活に気を付けなければいけません。



検査日程

検査日程	胸部レントゲン	心電図
8月 1・2日(午後の方)	5・6日(午前の方)	8・9日
9月 12・13日(午後の方)	16・17日(午前の方)	19・20日
10月 10・11日(午後の方)	14・15日(午前の方)	17・18日
11月 7・8日(午後の方)	11・12日(午前の方)	14・15日